



PM

Trekvällars

30/6-2/7 2014

Samling:	Tävlingscentrum (TC) är beläget vid OK Ravinens klubbstuga mitt emot Hellasgården, skärm längs väg 260 mellan Nacka och Älta
Parkering:	Trafik från Nacka parkerar primärt på grusplanen, trafik från Älta parkerar på Hellasgårdens ordinarie parkering. P-mätare på Hellasgårdssidan, betalning 30:- till funktionär på grusplanen. Vi rekommenderar buss 401 från Slussen med täta avgångar.
Direktanmälan / Öppen Motion	Inskolning, Öppen Motion 1-Öppen Motion 9 alla dagar. Anmälan sker 17:00 – 19:00 och start ska ske mellan 17:30 och 19:30. Startstämpling används. Det finns ett begränsat antal kartor var i tid eller var flexibel.
Efteranmälan till tävlingsklass	I mån av tillgång på kartor finns det möjlighet att efteranmäla sig till tävlingsklass (alla tre etapperna) på måndagen mot 100% förhöjd avgift. Görs i sekretariatet vid tävlingscentrum.
Start:	Första start 17:30 alla dagar. Orange/vit snitsel för samtliga klasser. Start sker minutvis. Vid starten är det endast tillåtet med en löpare per minut i varje fälla. Dag 1: 1400 m. Dag 2: 900 m. Dag 3: 1400 m OBS! Inga toaletter vid start! Fri start i alla klasser. Startstämpling för alla.
Stämplingssystem: Sportident.	Kontrollera att du har rätt bricknummer i startlistan. Anmäl ändrad bricka innan start första dagen. Tömning av brickor sker på väg till start. Vid ändring av bricka under dag 2 och 3 kommer en administrativ avgift på 25 kronor att tas ut. OBS! Det är inte tillåtet att springa direktanmälan på en bricka som är anmäld i tävlingen, eller att byta brickor med varandra.
Hyrbrickor	De som inte angivit bricknummer i anmälan har tilldelats hyrbrickor som avhämtas i sekretariatet innan start dag 1. Återlämnas efter målgång dag 3. Om ni saknar bricknummer i listan men har anmält så kontakta sekretariatet innan start. Avgift för hyrbricka är 30 kronor per dag. Ej återlämnad bricka debiteras med 600 kronor.
Karta, kontrollbeskrivning	Färgutskrift. i skala 1:10 000 för samtliga klasser, utom för klasserna DH70-DH85 vid etapp 2 som då har skala 1:7500. Ekvidistans 5 m. Kontrollbeskrivningar är tryckta på kartan. <u>Inga lösa beskrivningar.</u> Alla etapper går i ett närområde där mycket folk rör sig, det finns små stigar som inte finns redovisade på kartan, dessutom genomfördes Stockholm Trail i tävlingsområdet dagen innan första etappen så det finns en ny upptrampad, tillfällig, stig som inte är redovisad på kartan, vi hoppas på överseende med det. Etapp 1 passerar Golfbanan, visa hänsyn och respektera förbjudet område, det är inte tillåtet att springa i kanterna på golfbanan, de förbjudna områdena (golfbanan) är inte markerade i terrängen. Etapp 2, kontrollerna sitter tätt, kontrollera kodsiffran. Sista kontrollen är inte

	densamma för alla klasser, orientera hela vägen fram till mål. Följ snitsel (samma som startsnitsel) till utstämpling. Etapp 3, En ny avverkning finns markerad på kartan med texten ”avverkning pågår”. En del banor korsar vägen till start och det finns vägval nära startplatsen. Visa hänsyn och passa på att heja på varandra.
Vätska	Nej. Ingen vätska på banorna. Se till att fylla på depåerna innan start.
Målgång:	Utstämpling är belägen vid OK Ravinens klubbstuga. Etapp 1 och 3 följer fällan som en vanlig tävling, etapp 2 har utbrutet mål, målstämplingen sker ca 1 km från TC, följ snitslad väg tillbaka (startsnitsel) till TC och gå in i fällan för utstämpling. Målet stänger 20:45, anpassa er starttid!
Marka	En marka med ett utsökt sortiment finns i anslutning till målet.
Ombyte/ dusch	Finns utomhus vid TC.
Toaletter	Finns endast vid TC
Förbjudna områden:	Absolut förbjudet att beträda Golfbanan och annat på kartan markerat som förbjudet område. Kom ihåg att all tomtmark är förbjudet område. Med tanke på områdets karaktär och närhet till staden vill vi poängtera att det i området finns ett antal stråk och spår som kan uppfattas som stigar, nytillkomna sådana är inte redovisats på kartan. Dessutom finns det ett antal ”utomhusboende” i skogen.
Överdrag:	Arrangören transporterar INTE överdrag, kontinuerligt, från start utan endast efter att sista start är genomförd.
Prisutdelning:	Ungdomsklasserna enligt StOF:s anvisningar efter dag 3. Vuxna, utlottning av ett mer värdefullt pris bland de som fullföljt alla tre etapper.
Banläggare:	Etapp 1, Assar Hellström. Etapp 2 Assar Hellström, Etapp 3 Ida Kallur. Bankkontrollant: Lars Forsberg
Tävlingsledare	Gunnar Johansson Falk 070-6689022

Hjärtligt välkomna!

Extra PM Fri start

START

Vid starten skall ni ställa er i den fälla (kö) där er klass finns angiven.

När ni är först i kön så är det er tur att gå fram vid nästa minutpip.

Väl inne i nästa fälla är proceduren som vanligt, ni får dock ingen lös kontrollbeskrivning.

I nästa fälla tar ungdomarna sin karta medan de vuxna väntar på nästa pip. Efter det pipet startar ni, ungdomar startstämplar och springer i väg, vuxna tar sin karta, startstämplar och springer iväg.

Kom ihåg att läsa av SportIdent-brickan hos sekretariatet när ni kommit i mål även om ni inte fullföljt banan.